

Le P'tit Journal

CDGYM 91



LE GALA DE L'ESSONNE REVIENT ...

Le Comité Départemental de Gymnastique vous invite au Gala de l'Essonne 2025 !

Souvenez-vous du 28 juin 2022 ! Le Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne, avec l'aide de la Commission Technique GR, organisait pour la première fois la Fête de la GR en Essonne, un événement qui avait rencontré un immense succès.

Forts de cette belle expérience et portés par l'enthousiasme des participants, le comité voit cette année les choses en grand en annonçant la tenue du tout premier Gala de l'Essonne !

Rendez-vous le mardi 1er juillet 2025, au Palais des Sports de Corbeil-Essonnes, pour une soirée placée sous le signe du spectacle, du sport et de la convivialité.

Un événement ouvert à tous les clubs du département

Tous les clubs du département sont invités à participer à ce grand moment de partage. Le Gala sera l'occasion de mettre en lumière toutes les disciplines fédérales, de la Gymnastique Artistique Féminine et Masculine à la Gymnastique Rythmique, en passant par l'Aérobic, la TeamGym ou encore le Parkour.

Démonstrations, spectacles, numéros créatifs : les clubs auront carte blanche pour proposer des performances originales et festives, valorisant à la fois leur travail technique et leur créativité.

Ce rendez-vous exceptionnel marquera également la clôture de la saison sportive 2024-2025, dans une ambiance chaleureuse et familiale.

Un moment de fête à ne pas manquer

Que vous soyez gymnaste, entraîneur, parent ou passionné de sport, réservez dès maintenant votre soirée du 1er juillet ! Le Gala de l'Essonne promet d'être un événement fédérateur et inoubliable, rassemblant l'ensemble de la grande famille de la gymnastique autour de valeurs de partage, de dynamisme et de passion sportive. Le Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne compte sur vous pour faire de ce gala une réussite collective !

« Impulsé par la GR, le Palais des Sports de Corbeil nous accueille une nouvelle fois pour un Gala de l'Essonne. Mais cette édition est spéciale : cette fois-ci, il s'agira d'un gala réunissant l'ensemble des disciplines de la FFGym.

*Nos clubs et les acteurs de la gymnastique ont l'habitude de se retrouver dans un cadre assez réglementé, que ce soit lors de stages, de compétitions ou de formations... Ce gala est l'occasion idéale de nous rassembler autour d'un spectacle gymnique artistique et acrobatique. » **Alexandra Bonal-Belseur***



SOMMAIRE DU P'TIT JOURNAL

- I. La baby carnaval 2025
- II. Retour sur les compétitions team gym
- III. Retour sur les compétitions trampoline
- IV. Les jeux Sportifs Essonniers édition 2025
- V. Retour sur les compétitions de gymnastique rythmique
- VI. Challenge interne au club d'Igny Gymnastique
- VII. Candidature de Mathilde Arpin pour le CNOSF (FFGYM)
- VIII. Annonce officielle des CT du CDGYM 91
- IX. Retour sur les compétitions de la gymnastique artistique masculine
- X. Stage départemental GAF - avril 2025
- XI. Retour sur les compétitions des gymnastes féminines
- XII. Championnat de France individuelle GR
- XIII. Fête de la Baby gym au Gymnastique Club de Mennecey
- XIV. Retour sur les compétitions parkour
- XV. Nouveau praticable à la TSMassy
- XVI. Retour sur les compétitions d'aérobic
- XVII. La Teamgym : une discipline spectaculaire
- XVIII. Les clubs du département à la recherche d'entraîneurs
- XIX. Journée cohésion à la Ferté-Maise
- XX. La boum de St-Germain-lès-Arpajon

BABY CARNAVAL 2025

RETOUR SUR LE BABY CARNAVAL ORGANISÉ PAR LE COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE GYMNASTIQUE 91

Après le succès de la première édition des Baby Games la saison dernière, le Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne a récidivé en organisant cette année le Baby Carnaval ! L'événement s'est tenu le dimanche 16 mars au sein du complexe sportif d'Évry-Courcouronnes, dans une ambiance festive et chaleureuse.

Cette matinée exceptionnelle a permis aux plus jeunes, âgés de 3 à 6 ans, de découvrir différentes disciplines issues de la **FFGym**, avec une attention particulière portée sur l'activité trampoline. Petits sauts, ateliers de motricité, jeux d'équilibre : tout était réuni pour éveiller leur curiosité, leur agilité et leur plaisir du mouvement !

Un immense merci au club du SCA 2000 d'Évry pour son accueil chaleureux ainsi qu'à tous les bénévoles présents sur place, sans qui cette manifestation n'aurait pu être une si belle réussite.

Félicitations au CDGYM 91 pour l'organisation exemplaire de cet événement qui a enchanté enfants, parents et encadrants ! Merci également à la ville d'Évry-Courcouronnes pour son soutien et la mise à disposition des installations.

Un grand bravo et merci à nos intervenants, mobilisés avec enthousiasme tout au long de la matinée :

Fabian, Mathilde, Delphine, Paul, Romain, Stella, Maéva, Nataly, Céline (CRIF Gym), Roxane, ainsi qu'aux membres du bureau présents : Alexandra, Sandrine et Cédric.

Enfin, pour immortaliser ces précieux instants, de magnifiques clichés ont été pris tout au long de la matinée.

📷 Les photos de l'événement sont disponibles sur le site : **maevaetsesphotos**.

Un grand bravo à tous les participants et rendez-vous la saison prochaine (on espère) pour revivre ces moments.



RETOUR SUR LES COMPÉTITIONS TEAM GYM

BRILLANTE REPRESENTATION DE L'ESSONNE LORS DES COMPÉTITIONS INTER-DEPARTEMENTALES ET REGIONALES DE TEAMGYM

La saison compétitive de TeamGym a pris un nouveau tournant en ce début d'année 2025 pour les clubs essonniers. Engagés à la fois sur les compétitions inter-départementales puis régionales, les gymnastes du 91 ont fièrement défendu leurs couleurs, récoltant de nombreux podiums et qualifications pour le Championnat de France.

Résultats Inter-Départementaux – 9 février 2025 à Soisy-sous-Montmorency



Trois clubs de l'Essonne étaient présents sur les praticables lors de cette première échéance, démontrant le dynamisme de la discipline sur le territoire :

- Longjumeau a aligné deux équipes avec brio :
 - 1ère place en Fédérale B féminine
 - 1ère place en Nationale B féminine
- Mennecey s'est également illustré :
 - 2e place en Fédérale B 10-15 ans
 - 1ère place en Nationale C 12 ans et +
- Étampes a présenté pas moins de quatre équipes, toutes sacrées championnes :
 - 1ère place en Fédérale C
 - 1ère place en Open TeamGym
 - 1ère place en Fédérale B 10-15 ans
 - 1ère place en Fédérale A féminine
 -

Résultats Compétitions Régionales – 23 mars 2025 à Villeneuve-la-Garenne

La compétition régionale, qualificative pour les Championnats de France, a confirmé l'excellent niveau des équipes essonniennes :

- Longjumeau a maintenu ses performances solides :
 - 2e place en Fédérale B féminine – qualifiée pour les France.
 - 2e place en Nationale B féminine – qualifiée pour les France.
- Mennecey a décroché une nouvelle qualification :
 - 7e place en Fédérale B 10-15 ans



- 1ère place en Nationale C 12 ans et + – qualifiée pour les France.
- Étampes a poursuivi sa belle dynamique :
 - 1ère place en Fédérale C
 - 1ère place en Open TeamGym
 - 4e place en Fédérale B 10/15 ans
 - 1ère place en Fédérale A féminine – qualifiée pour les France.

Une dynamique positive pour la TeamGym essonniennne



Ces résultats illustrent l'excellente dynamique de la TeamGym en Essonne, une discipline alliant esprit d'équipe, dynamisme et spectacle. Les performances enregistrées témoignent de l'investissement des clubs, des entraîneurs, des gymnastes et de tout l'écosystème associatif qui œuvrent pour porter haut les couleurs du département.

Le rendez-vous est désormais donné pour le Championnat de France, où nos équipes qualifiées auront à cœur de confirmer cette belle progression et de représenter dignement le 91 sur la scène nationale. Un grand bravo à tous les gymnastes pour leur travail et leur passion !

RETOUR SUR LES COMPÉTITIONS TRAMPOLINE

LES TRAMPOLINISTES DE L'ESSONNE : UNE SAISON RYTHMÉE PAR CINQ COUPES ET UNE FINALE A ÉVRY

En Île-de-France, le trampoline est plus qu'une simple discipline : c'est un véritable vivier sportif. Forte du plus grand nombre de clubs et de licenciés de France, la région propose chaque saison cinq compétitions inter-départementales destinées à dessiner le futur champion régional :

1. **Coupe du 94** (Champigny) – 26 janvier 2025
2. **Coupe du 78** (Guyancourt) – 8 février 2025
3. **Coupe du 92** (Courbevoie) – 22 mars 2025
4. **Coupe du 93** (Sevran) – 6 avril 2025
5. **Finale régionale** (Évry) – 25 mai 2025



À chaque coupe, les gymnastes marquent des points selon leur classement (1er=10 points, 2e=8 points... jusqu'à 1 point pour toute place sous le 8e rang). Lors de la finale régionale, ces points sont doublés (1er=20 points, etc.), offrant une dernière chance de remporter le titre ou de combler un éventuel retard au classement.

Seule la finale régionale accueille également l'épreuve de trampoline synchronisé, couronnant le duo champion régional IDF dans les quatre catégories d'âges (9-11 ans, 11-13 ans, 13-15 ans, 15 ans et +).

En parallèle, les jeunes talents peuvent participer au Trophée Fédéral / FestiGym (31 mai à Poitiers), équivalent aux championnats de France Fédéral et National B : une étape cruciale pour ceux qui n'ont pas obtenu leur qualification National A.

LES CLUBS ESSONNIENS A L'HONNEUR



L'Essonne, représentée par l'Étoile Gymnique de Morsang-Viry et le SCA 2000 Évry, a brillé dès la première coupe du 94 à Champigny (26 janvier) :

- 4 podiums en fédéral,
- Des performances solides en national, préparant la première sélective.

Lors de la coupe du 78 (8 février), malgré un délai de préparation restreint, les athlètes essonniers ont remporté 5 médailles d'or sur 7 podiums en fédéral. En national, la majorité des concurrents ont validé leur première qualification pour les Championnats de France

: un exploit qui les a mis sur la bonne voie.

La coupe du 92 (22 mars) a réuni 29 compétiteurs en fédéral et 10 en national, avec 8 qualifications confirmées pour les France National A : un bilan remarquable pour les 39 représentants du département.

Lors de la coupe du 93 (6 avril), l'accueil de Sevrans et les performances de nos gymnastes ont consolidé le classement régional : huit Essonniers occupaient alors le top 3 avant la finale. En national, deux nouvelles gymnastes, Eden Duzant et Ines Kovacs, ont inscrit leur tout premier point qualificatif.

Enfin, la dernière épreuve nationale qualificative (niveau élite) à Arques a permis à 9 trampolinistes individuels et 5 paires synchronisées de décrocher leur billet pour les Championnats de France National A et Élite : rendez-vous à Rennes les 13, 14 et 15 juin 2025.

Prochaine étape : la finale régionale du 25 mai à Évry, qui désignera le champion IDF sur le praticable et en synchronisé. L'Essonne, déjà bien placée au classement, s'apprête à défendre ses chances dans ce rendez-vous ultime.



LES JEUX SPORTIFS ESSONNIENS ÉDITION 2025

LE COMITE DEPARTEMENTAL DE GYMNASTIQUE PRESENT AUX JEUX SPORTIFS ESSONNIENS 2025

Du 8 au 10 avril derniers, le Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne a eu le plaisir de participer pour la deuxième année consécutive aux Jeux Essonniers, un événement incontournable organisé par le département de l'Essonne, en partenariat avec l'UNSS et l'USEP 91.



Pendant trois jours, plus de 1 000 jeunes issus de tout le territoire essonnien ont pu découvrir une large palette d'activités sportives dans une ambiance conviviale et sous un magnifique soleil. Le CDGYM a choisi cette année de mettre en lumière une discipline urbaine proposée par la Fédération Française de Gymnastique en plein essor : **le Parkour.**

L'activité, à la fois ludique, dynamique et accessible, a rencontré un vif succès auprès des jeunes scolaires qui se sont initiés aux sauts, parcours d'agilité et techniques de franchissement avec enthousiasme et énergie.

Cette réussite est avant tout le fruit de l'investissement d'une équipe passionnée. Un grand merci aux intervenants du comité pour leur engagement sans faille :

- **Clément**, Référent Technique Parkour du CRIFGYM
- **Roxane**, agent de développement et coordinatrice technique du CDGYM
- **Fabian**, alternant au CDGYM
- **Floriane** et **Cédric**, intervenants fidèles du CDGYM



Le Comité Départemental de Gymnastique se réjouit d'avoir pu contribuer, aux côtés de nombreux partenaires, à cet événement d'envergure, qui permet chaque année de faire vivre les valeurs du sport, de l'inclusion et du dépassement de soi sur le territoire essonnien.

Un grand bravo à tous les participants et rendez-vous pour de nouvelles aventures sportives !

RETOUR SUR LES COMPÉTITIONS DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

RETOUR SUR LA SAISON COMPETITIVE

Depuis le mois d'octobre, la saison compétitive de Gymnastique Rythmique (GR) bat son plein. Après une première partie de saison marquée par les Championnats de France individuels, nos gymnastes essonniennes ont poursuivi leur parcours avec les compétitions en ensembles.

Depuis la fin janvier, les licenciées de l'Essonne ont enchaîné les rendez-vous sportifs, portant haut les couleurs de leur département sur les praticables régionaux et nationaux.



À travers cet article, nous vous proposons de revenir sur l'ensemble des compétitions auxquelles elles ont pris part et de souligner leurs beaux résultats, témoins de leur engagement et de leur passion pour la discipline.

8-9 février – Championnat départemental des ensembles, duos et individuels régional B à Maise

Le Championnat départemental des ensembles, duos et individuels Régional B s'est tenu à Maise les 8 et 9 février 2025, organisé par le GRFM La Ferté-Maise. Cet événement a rassemblé tous les clubs de l'Essonne, offrant une première sortie aux gymnastes pour démontrer leur talent avant les compétitions régionales. La collaboration entre le GRFM, le CDGYM 91, les bénévoles et la ville de Maise a permis un bon déroulement de la compétition, et une organisation réussie.

8-9 mars – Championnats interdépartementaux des ensembles/duos régionaux, trophée fédéral B et trophée fédéral C

Les 8 et 9 mars 2025, les Championnats Interdépartementaux de GR se sont déroulés simultanément à Argenteuil et Chevilly-Larue, couvrant les catégories Régionales A et B, Fédérales B et C. À Argenteuil, la compétition a débuté par une démonstration des élites du pôle Île-de-France, offrant un spectacle de haut niveau aux spectateurs. Ces championnats ont permis aux gymnastes de se mesurer à leurs homologues des départements voisins et de se qualifier pour les compétitions régionales à venir.

13 mars - Championnat de France Universitaire

Le 13 mars 2025, le Championnat de France Universitaire s'est tenu à Thiais (Val-de-Marne), rassemblant les meilleurs gymnastes étudiants de France pour une journée intense de compétition. Au programme : des épreuves en individuel sur les différents engins, mais aussi des prestations en duos, trios et ensembles... Le tout dans une ambiance chaleureuse et conviviale, fidèle à l'esprit des compétitions universitaires.

15-16 mars – Coupe formation étape 1

Les 15 et 16 mars 2025, les Étapes 1 de la Coupe Formation 2, 3 et 4 de gymnastique rythmique se sont déroulées à Maise (Essonne), à Saint-Maur-des-Fossés et à Vitry (Val-de-Marne). La Coupe Formation permet aux jeunes gymnastes, souvent débutants ou en phase d'apprentissage, de progresser à travers différents niveaux.

Elle s'adresse principalement aux gymnastes évoluant dans des catégories spécifiques appelées Formation 2, Formation 3 et Formation 4. Ces compétitions sont un excellent moyen pour ces athlètes de perfectionner leur maîtrise des engins et de se mesurer à d'autres gymnastes dans un cadre structuré, tout en favorisant leur développement dans la discipline.



22-23 mars - Championnats interdépartementaux ensembles nationaux, Trophée fédéral A, individuels Régional B

Les 22 et 23 mars 2025, les Championnats interdépartementaux se sont déroulés à Corbeil-Essonnes et Rungis, réunissant des gymnastes des départements de l'Essonne, du Val-de-Marne, des Hauts-de-Seine, de Paris, de la Seine-Saint-Denis et du Val-de-Marne.



5-6 avril - Championnat régional des ensembles Trophée fédéral B et Trophée fédéral C

Les 5 et 6 avril 2025, le Championnat régional des ensembles – Trophée Fédéral B et C s'est déroulé à Évry-Courcouronnes (Essonne), accueillant près de 1 200 jeunes gymnastes répartis en 195 ensembles. Cet événement majeur de la GR en Île-de-France a offert aux gymnastes l'opportunité de se qualifier pour le Championnat de France qui se déroule à Calais les 17 et 18 mai.

CHALLENGE INTERNE AU CLUB D'IGNY GYM



Le dimanche 6 avril, le club Igny Gym a organisé son traditionnel Challenge Interne, un rendez-vous familial et festif dédié aux plus jeunes de la section Loisir et Éveil (5-6 ans). Près de 140 enfants ont pris part à cette matinée placée sous le signe de la bonne humeur et de la découverte de la gymnastique.

Une première « compétition » en toute bienveillance

Pour beaucoup, c'était leur première expérience de compétition : passage devant un jury, remise de médailles et encouragements, sans aucune pression. Objectif du jour : faire vivre aux enfants un événement gymnique complet, où le plaisir prime sur la performance, et où chaque sourire compte autant qu'un podium.

Le trampoline/acrobatie à l'honneur

La nouveauté 2025, le groupe Trampo/Acro a rejoint la fête et présenté un mini-spectacle d'acrobaties et de saut sur trampoline. Cette discipline dynamique, encore émergente au club, a suscité l'enthousiasme des jeunes gymnastes et du public, confirmant l'intérêt croissant pour ces pratiques.

Un moment de partage et de cohésion

Au-delà du sportif, le Challenge Interne renforce le lien entre le club, les familles et les bénévoles :

- Près de 140 participants
- Une quarantaine de bénévoles et juges mobilisés





- Des sourires, des applaudissements et des souvenirs inoubliables. Les retours des parents ont été unanimes : une matinée réussie, qui valorise le travail accompli par les enfants et leurs entraîneurs tout au long de l'année.

Un grand bravo à tous les gymnastes pour leur implication et leur enthousiasme, ainsi qu'aux encadrants, bénévoles et juges dont l'investissement a rendu cette journée possible. Rendez-vous à la rentrée prochaine pour une nouvelle édition du Challenge Interne d'Igny Gym !

CANDIDATURE DE MATHILDE ARPIN POUR LE CNOSF (FFGYM)

Une licenciée essonnienne au programme des « Dirigeants de demain » du CNOSF

C'est une belle reconnaissance pour le travail de terrain et l'engagement bénévole : Mathilde Arpin, licenciée au club de Courcouronnes et membre du Comité Technique GAF du CDGYM 91. Mathilde a été sélectionnée pour intégrer la troisième promotion du programme Dirigeants de demain 2025-2026, initié par le Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF).

La bonne nouvelle a été officialisée par la Fédération Française de Gymnastique le 16 avril dernier. Aux côtés de son collègue Marvin, Mathilde participera au séminaire de lancement prévu les 17 et 18 mai, avant de bénéficier tout au long du programme d'un accompagnement personnalisé destiné à développer ses compétences de dirigeante.

Créé en 2023, le programme "Dirigeants de demain" vise à préparer la relève associative en offrant aux jeunes engagés une formation complète aux enjeux de gouvernance, de gestion associative et de développement sportif.

CV flash de Mathilde :

- Membre dirigeante de son club à Courcouronnes,
- Entraîneur et juge fédéral en Gymnastique Artistique Féminine,
- Responsable de la formation des juges au sein du CDGYM 91
- Membre active de la CT GAF du Comité Départemental de l'Essonne.

Son engagement sans faille, sa volonté de transmettre et de faire évoluer la gymnastique féminine font d'elle une ambassadrice idéale des valeurs du sport et du bénévolat. Le Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne adresse toutes ses félicitations à Mathilde et lui souhaite une expérience aussi enrichissante que porteuse de projets pour les années à venir !



ANNONCE OFFICIELLE DES CT DU CDGYM 91

Au fil des mandats, le comité n'a cessé de se renforcer. Nous sommes aujourd'hui heureux de vous présenter les nouveaux comités techniques départementaux.

FÉDÉRATION FRANÇAISE **Gym** | COMITÉ DÉPARTEMENTAL ESSONNE

COMITÉ TECHNIQUE GR 91

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Marjorie GOLLION
Formation Juge

Sandrines CARDIGUES
Délégué Administratif

Stéphanie LAGUET
Présidente Technique

Koffi APEDJINOÛ
Membre

Stella IAFRATE
Membre

Elise PAOLONE
Membre

Delphine DIGNEMENT
Formation des Cadres / CPS

FÉDÉRATION FRANÇAISE **Gym** | COMITÉ DÉPARTEMENTAL ESSONNE

COMITÉ TECHNIQUE GAF 91

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE

Mathilde ARPIN
Formatrice Juge

Weronika Sawicki
Responsable Juges

Lucie DIDIER
Responsable Technique

Laurence BOURRE
Responsable Jeunesse

Cédric JAVARD
Délégué administratif

Meline PLUMEL
Membre

Maelle MOUZARD
Formatrice Juge

Cédric MIGNENT
Membre

Tifenn CHIKUET
Responsable Juges

Léa HOUÏX
Membre

FÉDÉRATION FRANÇAISE **Gym** | COMITÉ DÉPARTEMENTAL ESSONNE

COMITÉ TECHNIQUE GAM 91

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE

Lionel LARTIGUES
Membre

Alexandra BONAL BELSEUR
Délégué Administratif

Florianne HOUY
Responsable Technique

Cédric LOUCHARD
Membre

Yannick MAYELE
Membre

Julie MELLOTT
Membre

Didier ZEGANADIN
Responsable Juge

FÉDÉRATION FRANÇAISE **Gym** | COMITÉ DÉPARTEMENTAL ESSONNE

COMMISSION -21 ANS

COMITÉS DÉPARTEMENTAL DE GYMNASTIQUE DU 91

Tia NEULAS
Membre

Lilou BELLENCONTRE
Membre

En attente

En attente

En attente

FÉDÉRATION FRANÇAISE **Gym** | COMITÉ DÉPARTEMENTAL ESSONNE

AUTRES COMITÉS TECHNIQUE 91

COMITÉS DÉPARTEMENTAL DE GYMNASTIQUE DU 91

Stéphanie TANG
MEMBRE CT TR

Jérôme PARIS
MEMBRE CT TR

Louann LONGLOIS
MEMBRE CT TEAMGYM

PAUL GUEDON
MEMBRE CT PARKOUR

En attente

FÉDÉRATION FRANÇAISE **Gym** | COMITÉ DÉPARTEMENTAL ESSONNE

COMITÉ DIRECTEUR CDGE

COMITÉS DÉPARTEMENTAL DE GYMNASTIQUE DU 91

Alexandra BONNAL BELSEUR
PRÉSIDENTE

Cédric JAVARD
Trésorier

Cédric BEAUARD
Vice Président

Sandrine CARGIGUES
Secrétaire

Marie-Noëlle CLAIR
Membre et représentante CDGYM au CDOS 91

RETOUR SUR LES COMPÉTITIONS DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE

RETOUR SUR LES RESULTATS DES COMPETITIONS GAM EN ESSONNE

La saison 2025 de gymnastique artistique masculine (GAM) a débuté avec éclat en Essonne. Deux temps forts ont marqué ce lancement : la compétition départementale par équipes, organisée le 26 janvier à Massy, suivie de la compétition individuelle qui s'est tenue le 5 février à Épinay-sous-Sénart. Ces événements ont rassemblé les jeunes talents des clubs du département dans une ambiance chaleureuse et compétitive.

Compétition par équipes – 26 janvier 2025 à Massy

Les clubs essonniers se sont brillamment illustrés lors de cette première échéance de la saison.

- Courcouronnes a réalisé une véritable démonstration de force en décrochant la première place dans trois catégories :
 - Fédérale B 7-9 ans
 - Fédérale A 10-15 ans
 - Régionale 7-9 ans
- Menecy a dominé la catégorie Fédérale A 12 ans et plus, confirmant la qualité de son encadrement.
- Wissous, de son côté, a brillé en Nationale A 10-15 ans avec une performance remarquée.
- Enfin, Massy a pris la tête du classement en Fédérale B 10-15 ans avec son équipe 1, talonnée de près par Épinay-sous-Sénart et Wissous.

Ces excellents résultats démontrent une fois de plus le dynamisme des clubs de l'Essonne, où l'esprit d'équipe et la formation de jeunes talents occupent une place centrale.

Compétition individuelle – 5 février 2025 à Épinay-sous-Sénart

Le rendez-vous individuel a permis aux jeunes gymnastes de briller à titre personnel dans leurs catégories respectives.

- Wissous a réalisé un véritable carton en Nationale A :
Kristian Tomic (14 ans) a remporté la compétition, suivi de près par Robin Leblond.
Ivan Chernuakov (10 ans) et Enzo Guyot-Lanchas (11 ans) ont chacun décroché la première place dans leurs catégories.
- Courcouronnes s'est imposé chez les plus grands :
Ivann Isingrini, Loris Joly et Thomas Weber ont monopolisé le podium des 19-21 ans.
Ezio Isingrini s'est illustré en prenant la première place chez les 18 ans.





- Épinay-sous-Sénart a vu deux de ses gymnastes briller : Melih Bourgeois Kocaaga, vainqueur en Fédérale A 14-15 ans. Axel Rambaud, premier en Fédérale A 12-13 ans.

Direction le Championnat de France !

Tous ces gymnastes ont poursuivi leur saison avec les phases interdépartementales et régionales, jusqu'à décrocher leur place pour les Championnats de France.

À l'issue des phases régionales, Enzo (Wissous), Ivan et Ezio (Courcouronnes) ont fièrement représenté l'Essonne lors des Championnats de France individuels à Oyonnax, du 2 au 4 mai. Nous adressons également une pensée à Yannick, qui s'est blessé juste avant les qualifications par équipes et a récemment été opéré. Bon rétablissement à lui !

Enfin, saluons la belle performance de Ivan et Ewen, qui ont matché à Agen à l'occasion des Championnats de France Élite, confirmant leur place parmi les meilleurs gymnastes français.

STAGE DÉPARTEMENTAL GAF - AVRIL 2025

Un stage intensif pour les gymnastes GAF de l'Essonne durant les vacances d'avril

Les trois premiers jours des vacances d'avril ont été placés sous le signe du travail, du partage et de la découverte pour une trentaine de jeunes gymnastes GAF venant de 10 clubs du département. Organisé par le Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne, ce stage intensif a rassemblé des gymnastes venues de différents clubs pour trois jours d'entraînement soutenu et d'échanges enrichissants.



Sous l'encadrement de Laurence, Cédric, Fabian et Roxane, les participantes ont pu perfectionner leur technique, travailler de nouveaux éléments et renforcer leur engagement sportif dans une ambiance à la fois studieuse et conviviale.



Nous remercions chaleureusement le club de Saint-Pierre-du-Perray pour son accueil et la mise à disposition de ses infrastructures sur ce stage.

Une belle surprise est également venue rythmer la dernière journée : la découverte du break dance, proposée par Hugo, entraîneur du club de Saint-Pierre-du-Perray et membre de l'association Danse2Vivre.

Une expérience très appréciée par les gymnastes, qui a permis d'ouvrir une passerelle originale entre deux disciplines sportives exigeantes. Le comité espère pouvoir renouveler cette initiative lors de futurs stages.

Bravo à toutes les gymnastes pour leur travail acharné, leur motivation et leur efficacité durant ces trois jours ! Une belle dynamique qui témoigne du sérieux et de la passion qui animent la jeune génération de gymnastes essonniennes.



RETOUR SUR LES COMPÉTITIONS DES GYMNASTES FÉMININES



RETOUR SUR LES COMPÉTITIONS DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE : Une saison départementale 2024-2025 dynamique en Essonne

La gymnastique artistique féminine a une fois de plus fait vibrer le département tout au long de la saison 2024-2025. De décembre à mai, les gymnastes du département se sont illustrées lors des nombreuses compétitions départementales, interdépartementales et régionales. Retour sur une saison riche en émotions, en performances et en promesses d'avenir.



Décembre 2024 – Un lancement réussi à Massy

Le 15 décembre, la Tricolore Sportive de Massy a accueilli le Championnat Départemental individuel Fédéral A, Performance Régional et National, première compétition de la saison. Avec 115 gymnastes engagées, réparties dans 30 catégories allant des poussines aux seniors, ce rendez-vous a marqué le coup d'envoi de la saison dans une ambiance chaleureuse. Merci aux bénévoles du club pour leur mobilisation exemplaire.



Janvier 2025 – Début de la saison en équipe à Épinay-sous-Sénart

Les 18 et 19 janvier, le Championnat Départemental par équipe Fédéral A, Trophée Régional 1 et 2 a rassemblé 70 équipes à Épinay-sous-Sénart. Véritable tremplin vers les étapes interdépartementales, cette compétition a permis aux clubs d'affirmer leurs ambitions dès le début d'année.



Février 2025 – De la sélective aux podiums

Le 1er et 2 février, la ville de Morsang-sur-Orge a accueilli le Championnat Départemental Performance Régional et National, mais aussi la 2e sélective pour les équipes Fédéral A et Trophée Régional. Une étape stratégique pour confirmer ou ajuster les objectifs de qualification.



Les 8 et 9 février, les gymnastes essonniennes ont brillé lors du Championnat Interdépartemental individuel à Blanc-Mesnil. Avec 11 clubs engagés et près de 10 podiums, l'Essonne s'est illustrée avec des performances marquantes :





- Lou (Igny), 1ère en Performance Régional 17 ans
- Soline (Massy), 2e en Fédéral A 10 ans
- Maysan et Nélia (Épinay), 2e et 3e en Performance Poussine
- Océane (Igny), 3e en Performance Régional 15 ans
- Tia (Courcouronnes), 2e en Performance National 18-20 ans
- Podium 100 % essonnien en Performance Régional 14 ans :
Lou-Ann (Massy) – 1re, Kettly et Mélina (St-Pierre-du-Perray) – 2e et 3e

Mars 2025

Les 15 et 16 mars, plus de 135 équipes se sont affrontées lors du Championnat Interdépartemental par équipes à Herblay et Ermont. Les clubs essonnien ont réalisé une véritable moisson de médailles :

- TR2, TR1, Fédéral A : podiums pour Wissous, Igny, Courcouronnes, Longjumeau et Massy

Les 22 et 23 mars, les clubs se sont à nouveau démarqués lors du Championnat Interdépartemental Performance :

- Nationale 10+ : 1re place pour Courcouronnes
- Régional 10+ : Massy 2e, Igny 3e
- Régional 10-15 : Morsang-sur-Orge 2e

Les 29 et 30 mars, à Bures-sur-Yvette, plus de 90 équipes ont lancé leur saison lors du Championnat Départemental Fédéral B et Trophée Interdépartemental. Une première étape pour les catégories non encore engagées, rendue possible grâce aux nombreux bénévoles présents.

Avril 2025 – Qualifications décisives

Le 5 et 6 avril ont eu lieu les régions individuelles Performance, dernière chance pour certaines de décrocher un billet pour les France.

Les 12 et 13 avril, Saint-Pierre-du-Perray a accueilli l'interdépartementale Fédéral A – Finale C et D et Saint-Maur-des-Fossés la Finale Régionale Performance National : deux compétitions clés pour les qualifications aux Championnats de France.

Mai 2025 – Direction les Championnats de France

Les 2, 3 et 4 mai à Oyonnax, l'Essonne a été représentée par 5 gymnastes féminines aux Championnats de France individuels GAF :

- Nana, Naelle, Maelle, Héliana (Courcouronnes)
- Assia (Épinay-sous-Sénart)

Bravo à elles pour leur engagement et leurs résultats !

Pensée particulière à Yannick, blessé avant les qualifications et récemment opéré. Nous lui souhaitons un prompt rétablissement.

Félicitations à Diatta, Élodie et Cédric, entraîneurs investis et passionnés, ainsi qu'à l'ensemble des clubs pour leur travail continu.

Les 10 et 11 mai, la Finale Départementale à Igny a clôturé la saison pour les équipes Fédéral A, TR, Fédéral B et TI. Plus de 80 équipes ont participé à cet événement accessible aux équipes non qualifiées pour les phases suivantes. Une belle conclusion dans un esprit de partage, rendue possible par la mobilisation des bénévoles.

Une saison départementale intense et prometteuse, qui confirme la vitalité de la gymnastique féminine en Essonne. Rendez-vous maintenant pour les dernières compétitions régionales et nationales qui viendront clôturer cette belle année sportive !



CHAMPIONNAT DE FRANCE INDIVIDUELLE GR

● ○ ● BRILLANTE PARTICIPATION DES GYMNASTES ESSONNIENNES AU CHAMPIONNAT DE FRANCE DE GR A REIMS

Le week-end des 24, 25 et 26 janvier 2025 restera gravé dans les mémoires du monde de la gymnastique rythmique essonnienne. Le Championnat de France individuels, organisé à Reims, a mis en lumière le talent, la grâce et la persévérance des gymnastes du département de l'Essonne (91), venues défendre fièrement leurs couleurs sur la scène nationale.

Cette année encore, les gymnastes essonniennes ont brillé dans les différentes catégories, de la Fédérale à la Nationale A, en passant par la Nationale B, la C, et les Coupes des Clubs. Un événement d'ampleur nationale, rassemblant les meilleures gymnastes françaises, où nos représentantes ont montré un engagement sans faille et une remarquable qualité technique.

🏆 DES PODIUMS ET DE BELLES PERFORMANCES

Parmi les performances les plus remarquées, Lya BAGHOUMINA de Morsang-sur-Orge (NAT B – 11 ans) et Jaheylin LEOPOLDIE de la Ferté-Maise (NAT C – 10 ans) se sont illustrées en montant sur la plus haute marche du podium et en décrochant un titre de championne de France dans leurs catégories respectives. Une performance exceptionnelle saluée par l'ensemble du comité départemental.

Autre médaille à signaler : Lylou VIASSONE de la Ferté-Maise (NAT A – 13 ans) a remporté une belle médaille de bronze, terminant 3^e de sa catégorie, tout comme Stella LAFRATE de Ballainvilliers, qui décroche la 3^e place dans la Coupe des Clubs – Gymnaste 3.

🔥 DES CLASSEMENTS PROMETTEURS

Certaines gymnastes, même si elles n'ont pas atteint le podium, ont réalisé des classements très honorables, témoignant d'un travail rigoureux et d'une belle régularité :

- Nina BONAVENTURE – La Ferté-Maise (NAT A – 11 ans) : 5^e
- Maella LEZINEAU – St-Germain-les-Arpajon (NAT A – 16 ans) : 11^e
- Elisabeth ANDRADE - Ballainvilliers (NAT B – 13 ans) : 5^e
- Louyse RENAUD (NAT C – 12 ans) : 9^e
- Anna HOCHLAF – La Ferté-Maise (NATI B – 17 ans) : 16^e
- Anouck LATOUCHE – St-Germain-les-Arpajon (NAT C – 11 ans) : 12^e
- Flore MASSON - Ballainvilliers (FED – 15 ans) : 7^e
- Nolwenn PRONGUE - Ballainvilliers (NAT B – 18 ans +) : 14^e
- Anaëlle ALEXANDRE (Coupe des Clubs – Gymnaste 2) : 16^e

Ces performances confirment la montée en puissance des clubs essonniers, véritables viviers de talents, et la richesse du travail mené tout au long de l'année par les entraîneurs, encadrants et bénévoles.

💬 ILS ONT REPRESENTÉ FIEREMENT LE 91 !

Voici un aperçu des représentantes essonniennes à Reims :

● National A

- Nina BONAVENTURE – La Ferté-Maise (11 ans) – 5^e



- Lylou VIASSONE – La Ferté-Maisse (13 ans) – 3e
- Maella LEZINEAU – St-Germain-les-Arpajon (16 ans) – 11^e

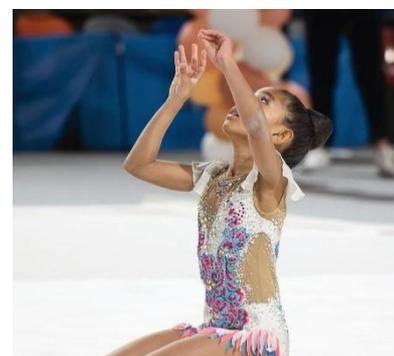
● National B

- Lya BAGHOUMINA - Morsang-sur-Orge (11 ans) – 1re
- Carla MOURET - Ballainvilliers (15 ans) – 23e
- Maëlie COMPERE – St-Germain-les-Arpajon (16 ans) – 18e
- Anna HOCHLAF – La Ferté-Maisse (17 ans) – 16e
- Juliette BRAXMEYER – St-Germain-les-Arpajon (17 ans) – 20e
- Elisabeth ANDRADE - Ballainvilliers (13 ans) – 5e
- Nolwenn PRONGUE - Ballainvilliers (18 ans +) – 14^e



● Fédéral

- Romaissa BEJI - Ballainvilliers (11 ans) – 17e
- Sarah NAJI – Ris-Orangis (13 ans) – 18e
- Flore MASSON - Ballainvilliers (15 ans) – 7e
- Lorena ROUX – St-Germain-les-Arpajon (17 ans) – 20^e



● National C

- Anouch LATOUCHE – St-Germain-les-Arpajon (11 ans) – 12e
- Léane JARRY – St-Germain-les-Arpajon (11 ans) – 28e
- Louyse RENAUD – La Ferté-Maisse (12 ans) – 9e
- Lyndsay FRANÇOISE - Morsang-sur-Orge (15 ans) – 18e
- Mélissa TOTO – St-Germain-les-Arpajon (15 ans) – 23e
- Claire DARTOIS - Ballainvilliers (18 ans +) – 24e
- Jaheylin LEOPOLDIE – La Ferté-Maisse (10 ans) – 1^e



● Coupe des Clubs

- Ballainvilliers – 19e
- Stella LAFRATE – 3e (Gymnaste 3)
- Anaëlle ALEXANDRE – 16e (Gymnaste 2)
- Léona RAJAONAH – 20e (Gymnaste 4)

UN GRAND BRAVO !

Le Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne adresse ses plus sincères félicitations à toutes les participantes, aux clubs engagés et à leurs entraîneurs. Rendez-vous très prochainement pour de nouvelles aventures gymniques !

FETE DE LA BABY GYM AU GYMNASTIQUE CLUB DE MENNECY

UN MOMENT MAGIQUE POUR LES BABYGYS

Ce week-end, le Gymnastique Club de MenneCY a réuni petits et grands autour de sa traditionnelle Fête de l'Œuf, un événement festif dédié à la section BabyGym.

Dès l'ouverture du gymnase, l'ambiance était à la fête : des ateliers de travaux manuels colorés ont permis aux enfants de libérer leur créativité en décorant œufs et paniers, tandis qu'un parcours ludique géant, réparti sur l'ensemble des installations, invitait les plus jeunes à se dépenser en toute sécurité.

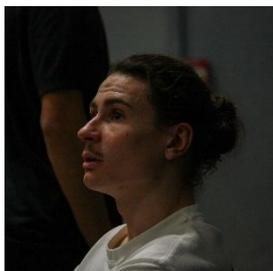
Le point d'orgue de la matinée ? La chasse aux "œufs défi", imaginée pour stimuler l'esprit d'équipe et la logique des petits gymnastes. Entre énigmes à résoudre et œufs cachés, chaque découverte était ponctuée de rires, d'émerveillement et de jolis moments de complicité partagée avec les parents.



Au-delà du jeu, cette journée a été l'occasion de renforcer les liens entre les familles et l'équipe encadrante. Les parents, nombreux et de bonne humeur, ont apprécié l'énergie communicative des BabyGyms et la qualité de l'organisation.

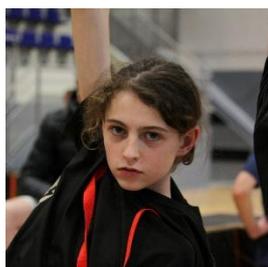
Le Gymnastique Club de MenneCY tient à souligner le professionnalisme et la créativité de ses animateurs, dont l'investissement a fait de cette Fête de l'Œuf un véritable succès. Bravo à tous pour ces instants de convivialité !

RETOUR SUR LES COMPÉTITIONS PARKOUR



Discipline officielle depuis 2017, le parkour s'impose aujourd'hui comme un sport dynamique, spectaculaire et en constante évolution. Structuré en deux épreuves distinctes.

Chaque catégorie (Speedrun et Freestyle) est répartie en trois niveaux de compétition : Fédéral, Performance et Élite



Le club de Verrières-le-Buisson (91) fait figure de précurseur en Essonne, avec une section parkour active et compétitive, qui a brillamment représenté le département lors des trois étapes du circuit national 2025, en Speedrun comme en Freestyle.

Étape 1 – Bourges (1er & 2 février 2025)

Pour ouvrir la saison, six gymnastes du club se sont alignés à Bourges lors de la première compétition nationale. L'objectif ? Tester leur niveau et s'adapter au nouveau format de compétition.

- En Speedrun, Tiyam (7^e) et George (11^e) se distinguent parmi les meilleurs de leurs catégories.
- En Freestyle, Ewan termine à une belle 14^e place.



Étape 2 – Metz (22 & 23 mars 2025)

Lors de cette deuxième étape, les résultats s'améliorent et témoignent d'une belle progression :

- Simon (14^e) et George (9^e) consolident leurs positions en Speedrun.
- En Freestyle, Ewan gagne quatre places et entre dans le top 10.



Étape 3 – La Teste-de-Buch (3 & 4 mai 2025)

Dernière ligne droite avant les Championnats de France, la troisième étape a permis aux athlètes de Verrières-le-Buisson d'atteindre un nouveau palier :

- En Speedrun, Tiyam (6^e) et Marcus (15^e) réalisent leur meilleure performance de la saison.
- En Freestyle, Ewan reste constant avec une nouvelle 14^e place.



Pour prétendre à la qualification aux Championnats de France à Rennes (14-15 juin 2025) , les athlètes doivent figurer dans les 30 premiers, sur la base des deux meilleures performances réalisées sur les trois étapes. La liste officielle des qualifiés sera communiquée dans les prochaines semaines.

Une dynamique à suivre en Essonne

Grâce à l'engagement de ses entraîneurs et de ses jeunes, le club de Verrières-le-Buisson montre la voie. Aujourd'hui, le parkour est une discipline spectaculaire à découvrir, porteuse de valeurs fortes : dépassement de soi, créativité, entraide et persévérance.



NOUVEAU PRATICABLE A LA TSMASSY



LA TS MASSY ACCUEILLE UN PRATICABLE A RESSORTS DES JEUX OLYMPIQUES DE PARIS 2024

Mi-mars, la Tricolore Sportive de Massy a inauguré un praticable à ressorts d'exception, tout droit issu des Jeux Olympiques de Paris 2024, grâce au soutien financier de la Ville de Massy.

Cet équipement de haute performance constitue un véritable atout pour le club. « Nous sommes ravis d'offrir à nos gymnastes—féminines comme masculins—un matériel de ce calibre », déclare le président de la TS Massy. « Ce praticable leur permettra de perfectionner leurs figures, d'explorer de nouvelles dynamiques et, surtout, de s'épanouir au plus haut niveau ».

La réception et l'installation de ce praticable ont mobilisé le service des sports municipal et les bénévoles du club, dont l'engagement a été salué par la direction. « Sans leur aide précieuse, ce projet n'aurait pas pu voir le jour »,

souligne l'un des entraîneurs.

Au-delà de l'usage quotidien, la TS Massy espère désormais organiser de futures compétitions départementales sur cet agrès, offrant ainsi à tous les gymnastes du département l'opportunité de tirer parti de cet équipement unique.

Cet investissement témoigne de la volonté de la Ville de Massy de soutenir le développement sportif local et de promouvoir l'excellence olympique sur son territoire.

RETOUR SUR LES COMPÉTITIONS AÉROBIC

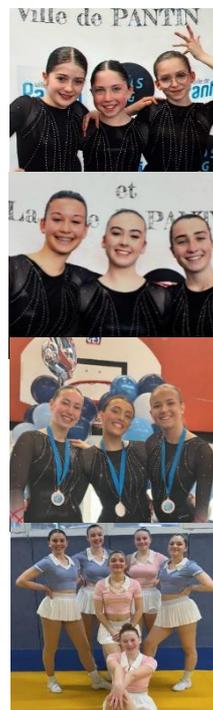
RETOUR SUR LA SAISON AER 2025 : DES INTERDEPARTEMENTAUX A MASSY AUX INTERREGIONAUX DE PANTIN

Au cours de l'hiver et du printemps 2025, les gymnastes d'aérobic (AER) de l'Essonne ont enchaînés les rendez-vous majeurs. Du 9 février à Massy jusqu'au Championnat Interrégional Nord du 29 mars à Pantin, les athlètes francilien-ne-s ont pu tester leurs chorégraphies, valider des qualifications et se familiariser avec le nouveau code de pointage.

9 février – Championnats interdépartementaux à Massy

Organisés par la Tricolore Sportive de Massy, les Championnats interdépartementaux ont rassemblé simultanément deux pôles de compétitions :

- Départements 91 & 94
- Départements 93 & 77



Tous les clubs d'Île-de-France y ont présenté leurs ensembles, solos et trios, offrant aux gymnastes une première confrontation en conditions réelles. L'occasion idéale de se mesurer à l'échelle régionale et d'apprendre à naviguer dans le nouveau code de pointage, désormais appliqué à toutes les épreuves AER.

9 mars – Championnat régional à Gournay-sur-Marne

Un mois plus tard, Gournay-sur-Marne a accueilli le Championnat Régional AER. Pour les catégories Nationales, c'était la dernière étape avant la Demi-finale Nord ; pour les Fédérales, un enjeu de taille :

- Groupes Fed A : qualification pour le Trophée Fédéral
- Solos, Trios & Fed B : ultime compétition de la saison

Les performances ont été à la hauteur de l'enjeu, avec des chorégraphies exigeantes et une énergie communicative qui ont fait vibrer le public.

Réu

29 mars – Championnat Interrégional Nord à Pantin

Dernière grande échéance avant les France Open, le Championnat Interrégional Nord de Pantin (29 mars) a réuni tous les clubs de la moitié Nord du pays. Réservée aux catégories Nationales, cette compétition qualifiera les finalistes pour le Championnat de France Open à Saint-Orens-de-Gameville (16-18 mai 2025).

Avec ces trois étapes, les gymnastes AER d'Île-de-France ont pu affiner leurs enchaînements, engranger de l'expérience et décrocher d'importantes qualifications. Place maintenant aux derniers préparatifs avant les grandes finales nationales !

L'ensemble des résultats sont disponibles sur: [FFGym Résultats](#)



LA TEAMGYM : UNE DISCIPLINE SPECTACULAIRE



LA TEAMGYM EST UNE DISCIPLINE SPECTACULAIRE AU CROISEMENT DE LA PERFORMANCE ET DE L'ESPRIT D'EQUIPE

Parmi les disciplines gymniques en plein essor, la TeamGym se distingue par son dynamisme, sa créativité et la place centrale qu'elle accorde au travail collectif.

La TeamGym est une discipline qui se pratique exclusivement en équipe, sur quatre agrès complémentaires :

- Le sol, sur musique, où les gymnastes enchaînent des mouvements synchronisés, proches de ceux de la gymnastique rythmique ou de l'aérobic.
- Le tumbling, piste dynamique où se réalisent des acrobaties rapides et spectaculaires en enchaînement.
- Le mini-trampoline, agrès de propulsion pour des sauts techniques et aériens.
- Le saut, qui rappelle les mouvements de la Gymnastique Artistique Féminine, alliant puissance et maîtrise.

Ce savant mélange entre force, souplesse, coordination et expression artistique offre un spectacle unique où chaque passage d'équipe est une véritable démonstration d'énergie, d'harmonie et de dépassement de soi.

La particularité de la TeamGym réside aussi dans sa philosophie : l'esprit d'équipe est au cœur de la discipline. Chaque gymnaste, quel que soit son niveau, joue un rôle essentiel dans la réussite collective. Cette dynamique développe des valeurs fortes telles que la solidarité, la confiance, l'entraide et le respect.



Accessible aussi bien aux jeunes gymnastes qu'aux adultes, la TeamGym est une discipline fédératrice qui séduit un public de plus en plus large, en compétition comme en démonstration.

En associant les aspects techniques de plusieurs disciplines (Gymnastique Artistique, Gymnastique Rythmique, Tumbling et Trampoline) à l'esprit festif et créatif des chorégraphies de groupe, la TeamGym offre à ses pratiquants une expérience complète, rythmée et exaltante.

Une discipline à découvrir et à pratiquer sans modération pour celles et ceux qui souhaitent allier performance individuelle et succès collectif sur un praticable !

MAIS OU EN FAIRE DANS LE 91 ? EXISTE-T-IL DES CLUBS PRATIQUANT LA TEAMGYM ?

En Essonne, il existe plusieurs clubs ayant des sections de Teamgym. Alors prenez contact avec eux si vous souhaitez découvrir cette discipline :

- Longjumeau
- Mennecy
- Etampes



COMMENT LANCER UNE SECTION TEAMGYM DANS VOTRE CLUB ?

Face à l'essor de la TeamGym, discipline gymnique collective mêlant chorégraphies au sol, acrobaties sur piste gonflable, mini-trampoline et saut, de nombreux clubs s'interrogent : comment créer une section TeamGym et garantir un enseignement de qualité ?

Maîtriser les bases techniques

Ouvrir une section TeamGym nécessite d'abord de posséder les compétences fondamentales :

- Chorégraphie au sol : synchronisation des enchaînements sur musique, allée à la créativité et à l'esthétique de mouvements empruntés à la gymnastique rythmique et à l'aérobic.
- Acrobaties : élans, roulades et sauts sur la piste gonflable (tumbling) et sur mini-trampoline, comme en Gymnastique Artistique Féminine (GAF).

Suivre la formation "Animateur Fédéral TeamGym"

Pour faciliter la prise en main de cette discipline spécifique, la Fédération Française de Gymnastique propose une formation d'Animateur Fédéral TeamGym.

[Comité Régional Île-de-France de Gymnastique FFGym](#)

Un soutien local : la TeamGym dans le 91

Dans l'Essonne, la dynamique se met en place :

« Je m'appelle Louann Langlois, je suis titulaire d'un CQP Petite Enfance et étudiante en STAPS. Pour développer la TeamGym dans le 91, j'ai rejoint le comité en janvier 2025, en devenant la nouvelle représentante départementale »,

En tant que référente TeamGym du 91, Louann est à la disposition des clubs pour :

- Conseiller sur la création et l'aménagement d'une section TeamGym
- Orienter vers les formations et ressources fédérales
- Assister lors des premières séances pour assurer une transition réussie

N'hésitez pas à prendre contact avec le comité pour plus d'informations.

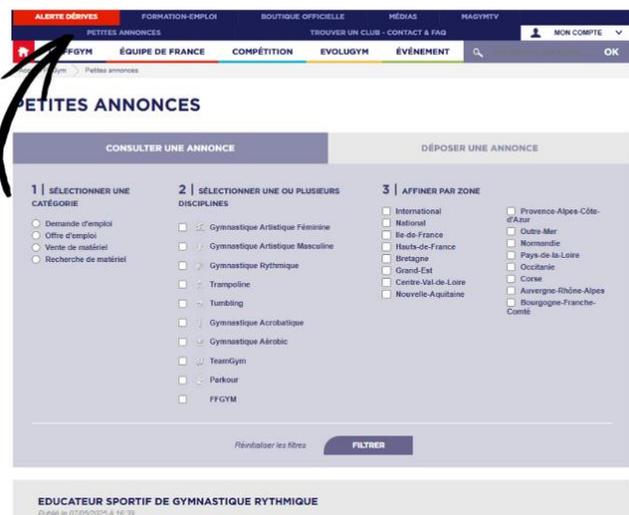
LES CLUBS DU DÉPARTEMENT A LA RECHERCHE D'ENTRAINEURS

Devenez entraîneur de gymnastique en Essonne : les clubs recrutent !

Vous êtes entraîneur ou souhaitez le devenir ? C'est le moment idéal pour vous lancer dans l'aventure sportive au sein de la gymnastique essonnoise !



De nombreux clubs du département de l'Essonne sont actuellement à la recherche de nouveaux talents – jeunes ou moins jeunes – pour renforcer leurs équipes d'encadrement. Que vous soyez disponible pour quelques heures par semaine ou pour un engagement plus conséquent, les clubs sont ouverts à toutes les propositions (à condition qu'elles soient portées par l'envie, l'enthousiasme et la passion de transmettre).



Où consulter les offres ?

- Les offres d'emploi sont disponibles en ligne sur le site internet du Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne.
- Vous pouvez également retrouver des annonces sur le site officiel de la Fédération Française de Gymnastique.

Rejoignez l'aventure !

Devenir entraîneur, c'est intégrer une équipe dynamique, contribuer à l'épanouissement de jeunes sportifs et participer activement à la promotion de la gymnastique sur notre territoire.

N'attendez plus pour faire partie de cette belle aventure ! Pour plus d'informations ou pour être orienté vers les clubs en recherche, n'hésitez pas à contacter directement le comité. Le monde de la gym a besoin de vous !

Toutes les annonces disponibles : [Petites annonces](#)

En savoir plus sur les formations : ffgym.fr/La_FFGYM/Formation/Les_filières_de_formation

JOURNÉE COHÉSION A LA FERTÉ MAISSE

Le club de gymnastique de la Ferté-Maisse a clôturé le mois d'avril en beauté avec une journée de cohésion placée sous le signe du jeu et de la créativité. Cette manifestation, désormais très attendue par les gymnastes, a réuni toutes les sections dans un esprit d'équipe et de bonne humeur, pour préparer la suite de la saison compétitive.

Chasse à l'œuf géante en équipe



Dès le matin, petits et grands se sont affrontés lors d'une chasse à l'œuf géante, organisée en équipes mixtes : chaque groupe devait résoudre des énigmes, relever des défis gymniques et extraire des œufs dissimulés sur l'ensemble des installations. Rires et échanges ont rythmé cette première partie de journée, renforçant la cohésion entre les gymnastes de tous niveaux.

Animation "Lundi tout est permis !"

Après un déjeuner convivial, le club a invité ses membres à une animation originale sur le thème « Lundi tout est permis ! ». Jeux détournés, ateliers improvisés et parcours ludiques ont permis à chacun de laisser libre cours à sa créativité : mains attachées pour un travail de coopération, portés inédits et petits spectacles improvisés ont annoncé la couleur pour la suite de l'année.



Un esprit d'équipe au cœur de la performance

Pour les entraîneurs et les bénévoles, cette journée n'est pas qu'un moment de détente : elle instaure un lien fort entre les gymnastes et prépare mentalement l'ensemble des équipes aux prochains défis compétitifs. « Voir nos jeunes se soutenir et s'entraider renforce leur confiance avant les rendez-vous importants », souligne un responsable du club.

LA BOUM DE ST GERMAIN LES ARPAJONS

L'ASSGA Gym en mode « Hollywood » pour sa Boum 2025

Le vendredi 25 avril, l'ASSGA Gym a transformé son gymnase en véritable tapis rouge le temps de sa Boum édition 2025 ! Pour cette soirée, les jeunes gymnastes du club ont défilé dans une ambiance digne des plus grandes premières cinématographiques, offrant aux spectateurs un spectacle haute en couleur.

Un défilé sur tapis rouge

Dès leur arrivée, les participantes ont pris la pose sous les flashes, puis foulé le tapis rouge dans des tenues festives et pailletées. Rires complices, acclamations et applaudissements ont ponctué ce moment glamour, créant une atmosphère unique autour des valeurs de confiance et de fierté propre à l'ASSGA Gym.

Danse et partage au programme

Après le défilé, place à la piste de danse ! Entre chorégraphies improvisées et pas de danse endiablée, les gymnastes ont enchaîné les tubes du moment, sous les projecteurs. Les éclats de rire et la bonne humeur étaient palpables tout au long de la soirée, faisant de cette Boum un moment de convivialité et de cohésion pour l'ensemble des licenciées.

Revivez la soirée en images

Pour (re)découvrir les temps forts de cette Boum 2025, rendez-vous sur la page Instagram du club (@assga_gym), où un résumé vidéo est disponible.

PS : le comité vous lance un défi ... Avant de ranger paillettes et confettis, on vous défie de reproduire cette ambiance festive lors du prochain Gala de l'Essonne ! L'acceptez-vous ?

Directrice de publication : Alexandra BONAL BELSEUR – Présidente du CDGYM 91

Rédaction, photos et mise en page : Roxane LAROCHE – cdg91.roxanelaroch@gmail.com

Photos des clubs : ©GCMennecy ©LPOL @Etampes gymnastique ©La Ferté St Alais ©Morsang GR ©St Germain les Arpajons ©SCA2000 Trampo Evry @IignyGym @François Pinson @Courcouronnes @EvryGR @CorbeilEssonnes @MennecyGYM @MennecyGR @Briis sous Forges @TSMassy @Epinay sous sénart @Limours @Wissous @Gif sur Yvette @LPOL @MorsangGR @EGMV @TUVB @Ballainvilliers @Ris Orangis

Autres photos : ©FFGYM ©Cédric JAVARD ©CRIF GYM @roxane LAROCHE @Maévaetsesphotos @Fabian QUELLIER @Coralie ALLARD ©Stella IAFRATTE @Lucie DIDIER @Louann Langlois @Cédric BEAUJARD @Marjorie GOLLION @Coralie BELLICAM @Mathilde ARPIN

RESEAUX SOCIAUX



[Facebook](#) Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne



[Comité Départemental Gymnastique Essonne \(@cdgym91\)](#) · Photos et vidéos
[Instagram](#) CDGYM91

On compte sur vous pour nous suivre toujours plus nombreux !

Comité Départemental de Gymnastique de l'Essonne

62 Boulevard Charles de Gaulles

91540 MENNECY

Tel : 01 69 23 44 25

<https://www.CDGym.91>